

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja disebut juga masa pubertas dimana perkembangan fisik berlangsung cepat yang menyebabkan remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citra tubuh atau *body image*). Pada umumnya remaja putri lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki lebih banyak *body image* negatif dibandingkan dengan remaja putra selama pubertas (Santrock dalam Rahmania dan Yuniar Ika, 2012).

Remaja merupakan awal usia yang mudah dipengaruhi oleh perkembangan. Salah satu masalah yang terjadi pada remaja yaitu masalah obesitas. Obesitas adalah keadaan dimana seseorang memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan berat badan idealnya yang disebabkan terjadinya penumpukan lemak ditubuhnya (Proverawati, 2010).

Obesitas merupakan keadaan patologis sebagai akibat dari konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya (*psychobiological cues for eating*) sehingga terdapat penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh. Obesitas membuat remaja menjadi kurang percaya diri terutama pada remaja putri (Soetjningsih, 2004).

Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi aspirasi, cita-cita atau nilai yang ingin dicapai. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang lemah memiliki citra diri negatif

dan konsep diri yang buruk bahkan sering kali menghukum dirinya sendiri atas ketidakmampuannya dan terlarut dalam penyesalan (Maryam, Pudjiati, Gustina, dan Raenah, 2013).

Harga diri (*self-esteem*) adalah bagian yang meliputi suatu penilaian, suatu perkiraan mengenai pantas diri. Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa banyak kesesuaian tingkah laku dengan ideal dirinya (Suliswati dalam Prameswari, Aisah, Siti, dan Mifbakhuddin, 2013).

Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hal yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku mengenai diri. Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Aspek utama dalam harga diri adalah dicintai dan menerima penghargaan dari orang lain, manusia cenderung bersifat negative walaupun ia cinta dan mengakui kemampuan orang lain namun jarang mengekspresikan. Harga diri akan bermakna dan berhasil jika diterima dan diakui orang lain merasa mampu menghadapi kehidupan merasa dapat mengontrol dirinya (Widiyatun dalam Prameswari, Aisah, Siti, dan Mifbakhuddin, 2013).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), kasus obesitas diseluruh Dunia bertambah lebih dari dua kali lipat sejak 1980. Pada tahun 2008, lebih dari 200 juta orang laki-laki dan hampir 300 juta perempuan mengalami obesitas.

Angka obesitas pada remaja di Indonesia belum dapat ditentukan secara pasti. Namun penelitian yang dilakukan Direktorat Bina Gizi Masyarakat Departemen

Kesehatan RI mencatat diperkirakan 210 juta penduduk di Indonesia pada tahun 2000, jumlah penduduk yang overweight diperkirakan 76,7 juta (17,5%) dan penderita obesitas berjumlah lebih dari 9,8 juta (4,7%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tahun 2000 di Jakarta, tingkat prevalensi obesitas pada anak remaja 12-18 tahun ditemukan 2,6% dan pada umur 17-18 tahun 11,4%. Kasus obesitas banyak ditemukan pada wanita (10,2%) dibandingkan pria (3,1%). Sedangkan menurut Ketua Umum Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI), Prof. Dr. Herdinsyah MS yang dikutip Siswono (2007), saat ini jumlah penderita obesitas di Indonesia untuk populasi remaja dewasa sudah mencapai angka 18 persen. Angka ini bahkan lebih tinggi lagi di kelompok dewasa, yaitu bisa mencapai 25 persen dari total populasi seluruh Indonesia. Obesitas merupakan suatu masalah yang cukup merisaukan dikalangan remaja. Obesitas dapat menyebabkan banyak distress. Obesitas dapat mengurangi harga diri dan menyebabkan masalah emosional. Hal ini terutama terjadi pada perempuan. Anak perempuan obesitas lebih rentan terhadap gangguan psikologis seperti stress, gangguan makan, dan lain-lain (Fitri, 2012).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan harga diri remaja adalah perkembangan individu tidak realistis, keluarga dan pengalaman traumatik yang berulang (Prameswari dkk, 2013).

Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) di Gorontalo tahun 2013, berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh) dan umur menyebutkan bahwa angka obesitas pada perempuan sebesar 40,7% dan laki-laki 20,7%.

Berdasarkan observasi dan data dari SMK Negeri 1 Gorontalo teridentifikasi remaja putri yang obesitas berjumlah 127 orang dari 1376 remaja putri. Dari hasil wawancara pada 3 orang siswa yang obesitas, mereka mengungkapkan kurang percaya diri dengan berat badan yang obesitas, sehingga para siswi merasa bentuk tubuhnya tidak proporsional. Para siswi yang obesitas sering merasa menjadi bahan perbincangan para siswa lain tentang berat badannya sehingga hal ini menyebabkan harga diri siswa tersebut berkurang. Siswi yang obesitas menjadi kurang bergaul dengan siswi yang berat badannya ideal. Bila dibandingkan dengan remaja putra mereka tidak terlalu memperhatikan penampilan fisik. Khusus untuk SMK Negeri 1 Gorontalo belum pernah dilakukan penelitian dan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) sebelumnya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Prameswari (2013), diperoleh hasil sebagai berikut: berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagian besar remaja putri berada dalam obesitas ringan yaitu, sebanyak 22 remaja (81,5%) dengan rata-rata IMT responden $28,51 \text{ kg/m}^2$, dan hasil dari gambaran citra diri secara keseluruhan menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki citra diri yang negatif, yaitu sebanyak 14 remaja putri (51,9%). Dan hasil gambaran harga diri remaja yang mengalami obesitas menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki harga diri rendah, yaitu sebanyak 14 remaja putri (51,9%).

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti subjek penelitian memenuhi syarat untuk diteliti serta tersedianya dan waktu untuk dilakukan penelitian. Kemudian dari

segi etik penelitian tersebut tidak bertentangan dengan etika keperawatan serta memiliki manfaat bagi peneliti dan penelitian sebelumnya.

Melihat kenyataan di atas, Peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut berdasarkan permasalahan yang telah didapatkan, adapun judul yang diambil oleh peneliti yaitu “Hubungan Obesitas dengan Harga Diri (*self-esteem*) Pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan data dari latar belakang yang diuraikan dapat diidentifikasi masalah yakni sebagai berikut:

1. Belum pernah dilakukan penelitian tentang remaja putri yang obesitas di SMK Negeri 1 Gorontalo.
2. Remaja putri yang obesitas berjumlah 127 orang.
3. Berkurangnya *self-esteem* pada siswa yang obesitas berjumlah 127 orang.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja putri di SMK Negeri 1 Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Mengetahui Hubungan Obesitas dengan Harga Diri (*self-esteem*) pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Gorontalo.

1.4.2 Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian yakni:

1. Mengidentifikasi umur responden pada remaja putrid di SMK Negeri 1 Gorontalo.
2. Mengidentifikasi seberapa besar jumlah remaja putri yang obesitas derajat I, obesitas derajat II, dan obesitas derajat III di SMK Negeri 1 Gorontalo.
3. Mengidentifikasi gambaran tingkat harga diri remaja putri di SMK Negeri 1 Gorontalo.
4. Menganalisa hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja putri di SMK Negeri 1 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Secara Teoritik

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan masukkan khususnya bagi para remaja putri agar dapat menjaga dan mengatur pola hidup mereka.

1.5.2 Secara Praktis

Diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak, yakni antara lain Pihak Institusi, Siswa, dan Peneliti.

1. Bagi pihak institusi

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan literatur serta digunakan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan terutama dibidang kesehatan serta diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya.

2. Bagi siswa

Dari hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat termotivasi dalam menjaga pola hidup, serta dapat meningkatkan *self-esteem* pada diri siswa SMK Negeri 1 Gorontalo.

3. Bagi peneliti

Untuk menambah wawasan pengetahuan dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapat khususnya dalam keperawatan.